

認知症コーナー

認知症にまつわる情報をわかりやすくお伝えするコーナーです。

今回のテーマ 認知症と間違われやすい病気①

病気によって認知症に似た症状が出るものがあり、ときに認知症とわかってしまうことがあります。

今回は、認知症とよく似た症状が現れる病気についてお伝えします。

甲状腺機能低下症

原因：甲状腺の働きが乱れ、ホルモンバランスが崩れる病気です。

症状：倦怠感が出現したり、頭の働きが悪くなるため、記憶力が低下します。また、心臓への影響が大きいので動悸が起きます。

正常圧水頭症

原因：くも膜下出血や髄膜炎などにより脳に水(髄液)がたまり、脳を圧迫することで起きます。

症状：記憶障害により集中力や意欲の低下、小股で歩いたり、方向転換がしにくくなるなどの歩行障害、尿失禁などの症状が多く見られます。

慢性硬膜下血腫

原因：頭をぶつけるなどの頭部外傷により脳内の血管が切れ、脳内に少しずつ血液がたまることで起こります。

症状：時間や場所がわからなくなる見当識障害、注意力低下、理解力低下、計算ができなくなるなどの症状が、数週間から数カ月かけてゆっくりと現れます。

適切な治療を受けることで、症状が改善されることがあります。

気になる症状がある場合は病院に相談しましょう！

また、たよれーるでもお話を伺うことができますので、ご相談ください。



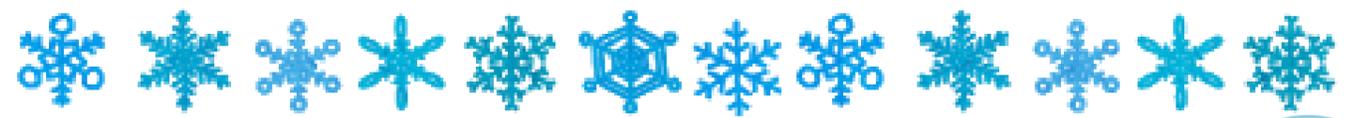
編集
発行

恵庭市みなみ地域包括支援センター

たよれーる みなみ ☎ (0123) 34-8467

FAX 34-8561

〒061-1423 恵庭市柏木町 429 番地 6 (特別養護老人ホーム“恵望園”内)



たよれーるみなみだより

2019年度
冬号

「えにわ ささ^え恵あいマップ」
が完成しました！



生活支援コーディネーターは、地域の皆さまがいつまでも住み慣れた地域で安心して暮らしていくことを目的に、様々な取り組みをすすめています。この度、地域の情報を集めた「えにわ ささ恵あいマップ」を作成しました。作成にあたりご協力いただいた皆さま、ありがとうございました。

“地域資源 編”は食材や日用品の配達・宅配サービス、除雪・便利屋、移送・入浴、訪問歯科、訪問理美容店、配食サービスの情報を掲載しています。“つどいの場 編”は各たよれーる担当圏域毎に老人クラブとサロンの会場、活動日などを紹介しています。

生活の中で「こんなサービス(お手伝い)があれば助かる!」「地域の活動や集いの場に参加したい!」という時に、是非ご利用いただきたいと思います。

「えにわ ささ恵あいマップ」は恵庭市社会福祉協議会ホームページから閲覧や印刷が可能です。



左：地域資源編

右：つどいの場編(みなみ圏域)

たよれーるみなみでも配布しています。
詳しくは、生活支援コーディネーター
吉田までお問合せください！



冬は乾燥肌に注意！

冬になると肌が乾燥して困っている方は多いのではないのでしょうか。高齢になると皮膚が薄くなり外部からの刺激を受けやすくなるため、様々な肌トラブルが起こりやすくなります。肌トラブルを防ぐため、正しく肌の手入れ（スキンケア）を行いましょ

○お風呂での注意点は？

タオルでゴシゴシ洗うと必要な皮脂まで落としてしまうので優しく洗いましょ。かゆみや赤くただれている時は、ぬるま湯での手洗いがおすすめです。



○保湿剤の塗り方は？

入浴直後、皮膚がまだ水分を十分に含んでいる間に、手のひらで優しく塗りましょ(乾燥した肌では保湿剤が浸透しにくくなります)。



○電気毛布の使用方法は？

電気毛布を使用すると乾燥や脱水になりやすいため長時間の使用は避けましょ。

○部屋の湿度はどのくらい？

加湿器や濡れタオルなどで湿度を40%~60%に保ちましょ。



※最後に・・・傷ができて、浸出液がでて、赤くはれているなどの症状がある場合は皮膚科の受診をお勧めましょ。

お知らせ

家族介護者交流会

日頃の介護から少し離れ、リフレッシュしませんか？
デザートを食べながら、参加者同士でおしゃべりを楽しみましょ♪

日時：3月13日(金) 13:00~14:30

場所：恵庭市生涯学習センター かしわのもり

※現地集合ですが、送迎が必要な方はご相談ください。

対象：高齢者を介護している方、していた方 等

参加料：500円(デザート・ドリンク代)



ご報告

民生委員・児童委員懇談会



民生委員・児童委員懇談会は、地域の支援者の方々と『顔の見える関係づくり』を目的に開催しており、今年度で10年目となりました。



今回は民生委員・児童委員の改選期に合わせて12月に開催し、現任、新任、退任された委員の方々に参加していただきました。

はじめに「たよれーるの仕事」と「民生委員とたよれーるの連携事例」を紹介した後、グループに分かれて意見交換を行いました。委員の皆さまからは「たよれーるや他の民生委員と話ができて良かった」や「もっとたよれーるを知ってもらえるように頑張してほしい」など、率直なお話を聞かせていただく良い機会となりました。

今後も住民の皆さまが住み慣れた地域で安心して暮すことができるよう、たよれーるの周知を図りながら、日々の活動に努めたいと思います。



みなさんのお住まいの地域を担当する、たよれーる みなみ の職員です。



担当地区

有明町 大町 文京町
牧場 盤尻 桜森
恵央町 幸町 柏木町
美咲野 桜町 駒場町
白樺町 恵南